



## A. Warm Up

### Kommandodribbling

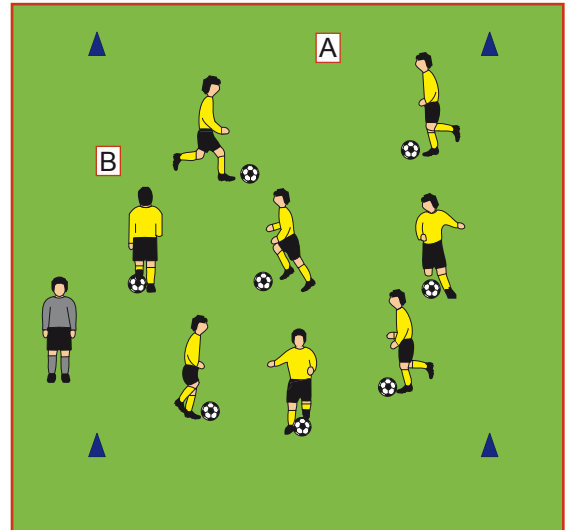
Soccerdrills - Warm Up - 012

#### Organisation

- Die Spieler bewegen sich mit Ball im Übungsfeld und dribbeln nach Bewegungsvorgabe des Trainers.

#### Beschreibung

**A** Die Spieler dribbeln bei Übungsstart frei im Übungsfeld



#### Ablauf -Variationen

- B** - Nur mit rechts
  - Nur mit links
  - Finte
  - Wende
  - Abwechselnd rechts und links
  - Ball mit der Sohle ziehen
  - Rückwärts
  - Rückwärts nur links
- usw.

**Immer beidbeinig trainieren.  
Klare und deutliche Anweisungen.**

Training am:					
Altersklasse:					
Trainingsteilnehmer:					
Abwesenheit:					
Übungsnote:					
Notizen:					